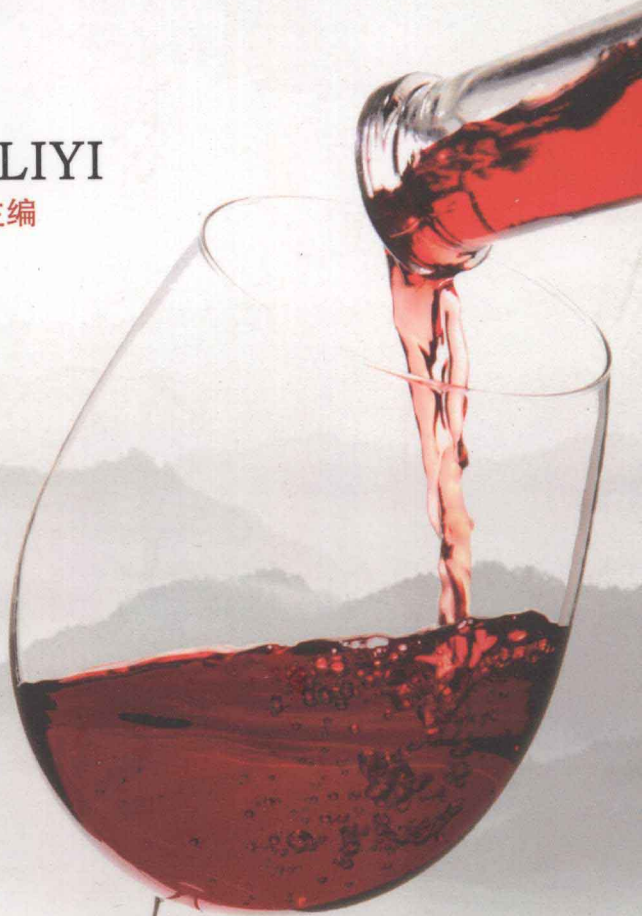


普通高等学校高职高专文化教育类专业“十一五”规划教材

現代 禮儀

XIANDAI LIYI

徐美萍 邹戈奔 主编



上海大学出版社

現代文壇

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS
1997 1998 1999



普通高等学校高职高专文化教育类专业“十一五”规划教材

現代 禮儀

XIANDAI LIYI

徐美萍 邹戈奔 主编
禹明华 主审

上海大学出版社

内容简介

本书以现代、实用、创新为特色,较为全面地介绍了现代礼仪的基本知识,全书语言简洁,具有较强的操作性。内容涉及现代个人基本礼仪、社交礼仪、公关礼仪、政务礼仪、商务礼仪、服务礼仪、职场礼仪、演艺人员礼仪和世界部分国家礼仪礼俗,每章中都安排有学习目标、引例、礼仪的具体操作内容、互动地带、复习思考题、实训练习与操作等。

本书可作为高职高专相关专业学习使用,也可为其他读者自学礼仪知识提供参考。

图书在版编目(CIP)数据

现代礼仪 / 徐美萍, 邹戈奔主编. —上海: 上海大学出版社, 2010. 5

ISBN 978-7-81118-616-1

I. ①现… II. ①徐… ②邹… III. ①礼仪—高等学校: 技术学校—教材 IV. ①K891.26

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第059367号

策划编辑 王永岭
责任编辑 徐丽华 闫慧
封面设计 胡巍 施雯
装帧设计 吴培升

现代礼仪

徐美萍 邹戈奔 主编

上海大学出版社出版发行

(上海市上大路99号 邮政编码 200444)

(E-mail: shengk102@126.com 发行热线 52715559)

出版人: 姚铁军

*

上海美雅延中印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

开本 787×1092毫米 1/16 印张 13.5 字数 300 千

2010年5月第1版 2010年5月第1次印刷

ISBN 978-7-81118-616-1/K·072 定价: 32.00元

普通高等学校高职高专文化教育类专业“十一五”规划教材

现代礼仪

X I A N D A I L I Y I

编写委员会

主 编 徐美萍 邹戈奔

主 审 禹明华

副主编 徐立娣 夏惠敏 徐 莺

杨嫦君 任贤兵

编 委 刘俊辉 黄 奇 覃艳艳

赵 亮 彭 雯 吕 雁

陈永敬 李 晶 李海莉

陆季春

目 录

CONTENTS

1	第一章 现代个人基本礼仪
2	第一节 服饰礼仪
10	第二节 仪容礼仪
17	第三节 仪态礼仪
26	第四节 言谈礼仪
33	第二章 现代社交礼仪
34	第一节 介绍礼仪
39	第二节 名片礼仪
43	第三节 握手礼仪
48	第四节 拜访礼仪
53	第五节 待客礼仪
59	第六节 中餐礼仪
68	第七节 西餐礼仪
74	第八节 舞会礼仪
79	第三章 现代公关礼仪
79	第一节 剪彩与签字仪式
85	第二节 新闻发布会礼仪
90	第三节 展览会礼仪
97	第四章 会务礼仪
105	第五章 现代商务礼仪
105	第一节 商务谈判礼仪
111	第二节 商务接待礼仪
117	第三节 商务拜访礼仪
123	第六章 现代服务礼仪
123	第一节 商场服务礼仪

132	第二节 宾馆服务礼仪
140	第三节 导游服务礼仪
148	第四节 酒吧服务礼仪
157	第七章 现代职场礼仪
157	第一节 求职面试礼仪
165	第二节 职场日常礼仪
173	第八章 演艺人员礼仪
173	第一节 演员礼仪
178	第二节 模特礼仪
185	第九章 世界部分国家礼仪礼俗
185	第一节 日本
190	第二节 韩国
193	第三节 美国
197	第四节 英国
201	第五节 法国
206	参考文献

第一章 现代个人基本礼仪

几千年的人类文明史证明，文雅的仪表和悦人的仪态一直是人们所孜孜以求的。而今，随着现代社会人际交往的日渐频繁，人们对个人的礼仪更是倍加关注。从表面看，个人礼仪仅仅涉及个人穿着打扮、举手投足之类无关宏旨的小节小事，但小节之处显精华，举止言谈见文化。

个人礼仪是社法国会个体的生活行为规范与待人处世的准则，是个人仪表、仪容、言谈、举止、待人接物等方面的个体规定，是个人道德品质、文化素养、教养良知等精神内涵的外在表现。其核心是尊重为本，与人友善，表里如一，内外一致。

我们今天所提倡的个人礼仪是一种文明行为标准，其在个人行为方面的具体规定，无一不带有社会主义精神文明高尚而诚挚的特点。“行为心表，言为心声”是众所周知的，个人礼仪如果不以社会主义公德为基础，不以个人品格修养、文化素养为基础，而只是在形式上下工夫，它就无法从本质上表现出对他人的尊敬之心、友好之情，因而也就不可能真正地打动对方，感染对方，增进彼此间的友谊，融洽彼此间的关系。“诚于中则形于外”，只有内心具备了高尚的道德情操，才能有风流儒雅的风度；只有有道德、有修养、有文化、有学识的人才能“知书识礼”，才能严于律己，宽以待人，才能真正成为明辨礼与非礼之界限的社会主义文明之人。

个人礼仪不仅是衡量一个人道德水准高低和有无教养的尺度，而且也是衡量一个社会、一个国家文明程度的重要标志。





第一节 服饰礼仪

学习目标

1. 初步掌握服饰穿着的基本原则。
2. 初步掌握服饰色彩搭配的基本原理。
3. 掌握西装穿着的基本规范及要领。
4. 初步掌握女子的着装规范。

引例

一年轻职员被派去接待一个法国投资考察团，这个年轻人外语流利、衣着得体，可是，外商还是没有将他所在的城市选为投资场所。因为他们发现这个年轻人的西装袖子上，缺少一粒纽扣，因而判定他的介绍一定不严谨周密，可信度不高。

思考题：你觉得外商是否小题大做？

服饰是一种文化，它反映着一个民族的文化水平和物质文明发展的程度。服饰具有极强的表现功能，在社交活动中，人们可以通过服饰来判断其身份地位、涵养；通过服饰可展示个体内心对美的追求、体现自我的审美感受；通过服饰可以增进其仪表、气质。所以，服饰是人类的一种内在美和外在美的统一。要想塑造一个真正美的自我，首先就要掌握服饰打扮的礼仪规范，让和谐、得体的穿着来展示自己的才华和美学修养，以获得更高的社交地位。

一、服饰穿着的原则

服饰除了其实用性外，还具有美化形象的作用，在日常生活中，由于每个人的喜好不同，打扮方式不同，因此产生的效果也不同。面对五彩斑斓的服饰世界，我们如何才能做到衣着得体，使之为我们的形象增光添彩呢？礼仪专家们根据人们的普遍审美观与审美心理总结出一套基本原则。

（一）整洁原则

整洁原则是指整齐干净的原则，这是服饰打扮的一个最基本的原则。一个穿着整洁的人总能给人以积极向上的感觉，并且也传达出对交往对方的尊重和对社交活动的重视。整洁原则并不意味着时髦和高档，只要保持服饰的干净合体、全身整齐有致即可。

（二）个性原则

个性原则是指社交场合树立个人形象的要求。由于每个人在年龄、性格、职业、文化素养等方面均有差异，因此也形成了各自不同的气质。我们在进行服饰打扮时，不仅要符合个人的气

质，还要凸显出自己美好的一面。为此，必须深入了解自我，正确认识自我，选择适合自己的服饰，这样便可以尽显个人风采。在突出自我个性时，还要注意首先不要盲目追赶时髦，因为最时髦的东西往往是最没有生命力的。其次不要盲目模仿别人，失去个人特色。

（三）和谐原则

和谐原则是指协调得体原则。选择服装时不仅要与自身体型相协调，还要与着装年龄、肤色相配。服饰是一种艺术，能掩盖体形的某些不足。我们要借助于服饰，创造出一种美妙身材的错觉。不论是高矮胖瘦，年轻或年长，只要根据自己的特点，用心去选择适合自己的服饰，总能创造出服饰的神韵。

（四）着装的T.P.O原则

T.P.O分别是英语Time、Place、Occasion3个词的缩写字头，即着装的时间、地点、场合的原则。被认为美的漂亮的服饰不一定适合所有的场合、时间、地点。因此，我们在着装时应该要考虑到这三方面的因素。

1. 着装的时间原则

时间涵盖了每一天的早间、日间、晚间3个时间段，也包括了每年的春、夏、秋、冬4个季节。人们在着装时应考虑时间因素，做到“随时更衣”。

白天是工作时间，着装要根据自己的工作性质和特点。总体上以庄重大方为原则。如安排有社交活动，则应以典雅端庄为基本着装格调。

晚上以宴请、舞会、音乐会一类的正式社交活动居多。此时，人们的交往空间距离相对会缩小，服饰给予人们视觉与心理上的感受程度相对增强。近几年流行的金属光泽面料服装、金色银色皮具、闪光的首饰都是夜晚交际场合，尤其是较隆重的宴会、舞会的上佳选择。但如果在白天也这样打扮，难免让人摇头。因此，晚上着装要讲究一些，礼仪要求也要严格一些。

2. 着装的地点原则

地点原则也指环境原则，即不同的环境需要与之相适应的服饰打扮。

穿着同一套服装在铺着丝绒地毯的会客厅与陈旧简陋的会客室，得到的心理反应是截然不同的。同样，在高贵雅致的办公室，在绿草丛生的林荫中，或在曲折狭窄的小巷里，在这三个地方穿戴同样的服饰给人以身份与穿着不相配的感觉，或是给人呆板的感觉，或是显得华而不实……凡此种种不快的感觉都有损我们的形象，而避免它的最好办法就是“入乡随俗”。不同地点不同着装，服装已经超越了实用性的最低准则，而成为一种文化。

3. 着装的场合原则

人们的服饰也要与特定的场合和气氛相协调，所以有必要选择与之相配的服饰款型与色彩，实现人景相融的最佳效应。以下为不同场合的着装原则。

第一，上班装。上班装是从事公务活动时的着装，要求既传统又保守。上班穿的服装要整



洁、大方，不需要过分引人注目，尤其不宜穿暴露过多的服装。上班时，还要避免穿经常需要整理的衣服。假如你需要反复地整理腰带或装饰，不仅自己工作时分神，让客人看了也感到累赘。比如，一个饭店的服务员小姐，在工作时穿得花枝招展，就会喧宾夺主；如果是一个从事体力劳动的男子，穿上西装工作，便会令人感觉不协调。

第二，社交装。社交装是在公共场合和熟人相处时的着装，要求既时髦又流行。比如观看演出、参加宴会及舞会等应酬性的交往（生日纪念、结婚典礼、联欢晚会、假日游园等）活动时，应准备得体的社交装。喜庆场合是女性展示各式时装的机会。按照季节和活动性质的不同，既可以穿西装（下身配西裤或裙子）又可穿民族服装，也可以穿中式上衣配长裙或长裤，还可以穿旗袍或连衣裙等等。女性除了穿各类服装外，还可以佩带饰物。至于男性，除了穿西装，也可以穿两用衫、T恤衫、夹克衫、牛仔衫等各种便服，力求显出轻松与潇洒。

第三，休闲装。它是在非正式场合穿着的服装。休闲装通常在以下场合穿着：自己在家休息、上街购物、健身锻炼、观光旅游等等。现在市场上流行的休闲装主要是无领、无袖、宽松、舒适、得体的服装。休闲装还包括运动装、牛仔装、沙滩装等。穿上它们，可以得到很好的放松与休息。

服饰的T. P. O原则的三要素是相互贯通、相辅相成的。人们在社交活动与工作中，总是会处于一个特定的时间、场合和地点中，因此你在着装时，应考虑穿什么？怎么穿？这是踏入社会并取得成功的一个良好开端。

（五）着装的配色原则

服饰的美是款式美、质料美和色彩美三者完美统一的体现，形、质、色三者相互衬托、相互依存，构成了服饰美统一的整体。而在生活中，色彩美是最先引人注目的，因为色彩对人的视觉刺激最敏感、最快速，会给他人留下很深的印象。

服饰色彩的相配应遵循一般的美学常识。服装与服装、服装与饰物、饰物与饰物之间的色彩应当色调和谐，层次分明。饰物只能起到“画龙点睛”的作用，而不应喧宾夺主。服饰色彩在统一的基础上应寻求变化，肤与服、服与饰、饰与饰之间在变化的基础上应寻求平衡。一般认为，衣服里料的颜色与表料的颜色以及衣服中某一色与饰物的颜色均可进行呼应式搭配。

服装色彩搭配可供参考的三种方法：

第一，同色搭配。即由色彩相近或相同，明度有层次变化的色彩相互搭配造成一种统一和谐的效果。如墨绿配浅绿、咖啡配米色等。在同色搭配时，宜掌握上淡下深、上明下暗。这样整体上就有一种稳重踏实之感。

第二，相似色搭配。色彩学上将色环大约90度以内的邻近色称为相似色。如蓝与绿、红与橙。相似色搭配时，两个色的明度、纯度要错开，如深一点的蓝色和浅一点的绿色配在一起比较合适。

第三，主色搭配。指选一种起主导作用的基调和主色，相配于各种颜色，造成一种互相陪

衬、相映成趣之效。采用这种配色方法，应首先确定整体服饰的基调，其次选择与基调一致的主色，最后再选出多种辅色。主色调搭配如选色不当，容易造成混乱不堪，有损整体形象，因此使用的时候要慎重。

二、服饰色彩选择应考虑的因素

在选择服饰色彩的时候，不仅要考虑色彩之间的相配，还要考虑与着装者的年龄、体形、肤色、性格、职业等相配。

（一）服色与年龄

不论年轻人还是年长者都有权利打扮自己。但是在打扮时要注意，不同年龄的人有不同的着装要求。年轻人的穿着可鲜艳、活泼和随意些，这样可以充分体现年轻人朝气蓬勃的青春之美；而中老年人的着装则要注意庄重、雅致、含蓄，体现其成熟和端庄，充分表现出成熟之美。但无论何种年龄段，只要着装与年龄相协调，都可以显示出独特的韵味。

（二）服色与体形

世上之人，高矮胖瘦各得其所，不同的体形着装要有所区别。对于高大的人而言，在服装选择与搭配上，要注意服色宜选择深色、单色为好，太亮、太淡、太花的色彩都有一种扩张感，使着装者显得更高更大。对于较矮的人而言，服色稍淡、明快柔和些为好，上下色彩一致可以造成修长之感。对于较胖的人而言，在服色的选择上，应以冷色调为好，过于强烈的色调就更显得胖。对于偏瘦的人而言，服色选择应以明亮柔和为好，太深、太暗的色彩反而显得瘦弱。

（三）服色与肤色

肤色影响着服饰配套的效果，也影响着服装及饰物的色彩。但反过来说服饰的色彩同样作用于人的肤色而使肤色发生变化。

肤色发黄或略黑、粗糙的人，在选择服色时应慎重。服色的调子过深，会加深肤色偏黑的感觉，使肤色毫无生气；也不宜用调子过浅的服色。色泽过浅，会反衬出肤色的黝黑，同样会令人显得暗淡无光。这种肤色的人最适宜选用的是与肤色对比不强的粉色系、蓝绿色。最忌色泽明亮的黄、橙、蓝、紫或色调极暗的褐色、黑紫、黑色等。

肤色略带灰黄，则不宜选用米黄色、土黄色、灰色的服色，否则会显得精神不振和无精打采。

肤色发红，则应选用稍冷或浅色的服色，但不宜使用浅绿色和蓝绿色，因为这种强烈的色彩对比会使肤色显得发紫。



（四）服色与性格

不同的性格需要由不同的色彩来表现，只有选择与性格相符的服色才会给人带来舒适与愉快。性格内向的人，一般喜欢选择较为沉着的颜色，如青、灰、蓝、黑等；性格外向的人，一般以选用暖色或色彩纯度高的服色为佳，如红、橙、黄、玫瑰红等。

（五）服色与职业

不同的职业有不同的着装要求。如法官的服色一般为黑色，以显示出庄重、威严；银行职员

的服色一般选用深色，这会给客户以牢靠、信任的感觉。

三、着装规范

在正式的场合中，我们不仅要按规定着装，而且还要符合正式场合的着衣配装的礼仪规范，以符合活动的性质。如参加重大的宴会、庆典、会见，尤其是涉外性活动，组织者所发请柬上有时专门注有着装要求，参加者就应按规定着装。

（一）男子西装的穿着规范

就目前来说，西装是一种国际性服装，是世界公认的男士正统服装。男士在所有社交场合都可以身着西装。因此，经常出入社交场合的男士应自备合体的西装。

1. 西装的选择与穿着

在选择西装时，要充分考虑到自己的身高、体型，选择合适的款式。另外，还要注意选择合适的面料与颜色，西装的面料应该挺括、垂感好，一般宜选择全毛料制作。在颜色上宜选用黑色、深蓝色、深灰色等深色调，这样可适用于任何正式场合。

在选择西装的大小时应注意合身。西装的长度应以其下摆垂到手的虎口处、袖口垂下来到手腕为好。西裤的大小应以裤子扣好后腰中能塞进一只手，长度垂下来正好到皮鞋，两条裤缝笔直为佳。系西裤的皮带应以黑色、庄重、典雅的牛皮皮带为好。

西装在穿着时，要注意单排扣西装在非正式场合可以不扣，以示飘逸的风度。在正式场合中可以扣上面的一粒或两粒纽扣，以示端庄。而双排扣在穿着时要全部扣上，在坐下时可以解开下面的扣子，以免坐久了衣服会弄皱，但站起来时不要忘记扣好下面的扣子。

西装的款式现可分为欧式、英式、美式和日式四大流派。不管是哪种流派，其主要的区别在于领口、纽扣和开衩。

欧式西装领型狭长，胸部收紧突出，垫肩较高，造型优雅，为双排扣。英式西装与欧式相仿，但垫肩较薄，后背开衩，绅士味道很足。美式西装领型较宽大，垫肩较适中，胸部不过分收紧，两侧开衩，风格自然。日式西装外观略呈“H”型，领型较窄、较短，垫肩不高，多不开衩，为单排两粒扣。

2. 衬衣的选择与穿着

(1) 衬衣颜色的选择。衬衫是西装的一个点缀，具有美化西装的功能。一般而言，衬衫以淡颜色居多，最常用的是白衬衫，可以配所有的西服。而花衬衣、条纹衬衣可以配单色西装，单色衬衣可以配条纹或方格西装。

近几年比较流行西装里面配有色衬衣，颜色一般选择与西服同色系。如深灰色西装配浅灰色衬衣；深咖啡色西装配浅咖啡色衬衣，给人的感觉没有白色衬衣那样显眼，很文静、稳重。

(2) 衬衣大小的选择。在选择衬衣时，其大小以领口的大小为准。一般衬衣穿好后，扣好扣子，领子的大小以能塞进一个手指头为好。这样等系好领带后，可显得不松不紧。衬衣领子以小方领为多，领头要硬挺，切忌折皱松软。随着时代的变化，领子大小有所改变。

(3) 衬衣的穿着。衬衣穿好后其衬衣领子应高出西装领子大约1厘米左右，衬衣袖子应长出西装袖口约1.5~2.5厘米为宜。穿西装时，衬衣应塞进裤腰内，衬衣内如要穿棉毛衫的话，最好要看不出痕迹。穿衬衣打领带时，衬衣最上面的一粒扣子应扣紧，包括袖口上的扣子都要扣好。如不系领带，衬衫的最上面的扣子应不扣。如衬衣单穿不系领带时，则袖子可以卷起。

3. 领带的选择与系法

领带是西装的装饰品，也是西装的灵魂。在正式场合下，如不系领带而穿着高级西装就显得苍白无力。领带的面料有毛织、丝质、化纤等。花色图案更多。领带的选色应与衬衫和西装相配。一般而言，男子服饰的色彩以不超过三色为原则。比如藏青色西装，可以配雪青色衬衫和天青色的领带。当然领带上可以有一些红色或白色的其他花纹图案，则可以起到“万绿丛中一点红”的效果，使着装者显得更精神。

领带的系法有讲究，一般先扣好衬衣领后，将领带套在衣领外，然后将宽的一片稍稍压在领下，抽拉另一端，领带就自然夹在衣领中间了，而不必把领子翻立起来。领带系好后两端应自然下垂，宽的一片盖住窄的一片，而且宽的一片的领带尖刚好与裤腰平起为宜，切忌领带压住或垂至裤腰下。如同时穿西装马甲或“V”领羊毛衫，则领带应放置背心或羊毛衫内。

领带的最重要部位是领结，不同的系法可以获得不同形状大小的领结（图1-1）。



图1-1 领带的打法



4. 西装的手帕

西装手帕也是西装的有机组成部分，西装手帕可以起到锦上添花的作用。装饰性手帕一般以白色居多，因为衬衣一般都为浅色，但也可以是与衬衣相近的其他颜色，以起到里外呼应的效果。如深色西装，浅咖啡色衬衣可以配浅咖啡色手帕；米色衬衣可以配米色手帕，显得别具一格。

5. 皮鞋和袜子

皮鞋和袜子虽然穿在脚上，不是十分引人注目，但还是作为男子穿西装时必须与衬衣、领带同等看待的重要配件。试想，一套深色西装，配一双浅黄色皮鞋或一双白色袜子该是何等刺眼。对于男士而言，深色西装最好配双黑色皮鞋，最规范的应是黑色的系带皮鞋。男子的皮鞋后跟不要太高，也不要打钉，否则走起路来“咯咯”响是很刺耳的。袜子最好是与西裤的颜色相同或与皮鞋的颜色相同，切忌选配浅色袜子。而且选袜子的时候，最好选袜筒长一点的；否则，坐下来裤子一拉露出一截皮肤是不雅观的。穿西装最忌讳的就是配穿旅游鞋、套鞋或布鞋。

6. 领带夹与别针

穿单排扣的西装，由于不扣纽扣的时间比较多，人在动作的时候容易使领带飘起来，因此，穿单排扣的西装可夹领带夹。领带夹应夹在衬衣纽扣数下来第4~5颗处。而别针可夹在西装左衣领上，约与第3颗衬衣纽扣齐平。如要领带夹与别针一起用，那领带夹和别针应是同款同色为好。

7. 穿西装的程序

西装穿着程序也可以说是一种礼仪规范，不要等穿戴完后再照镜子梳头，于是就把头皮屑、脱落的头发全梳在了西装上，走出去会极不雅观。

西装穿着的正常程序是：梳理头发—更换衬衣—更换西裤—穿皮鞋—系领带—穿上装。

（二）女子服饰的选择与穿着

1. 女子职业服装的选择与穿着

职业服是指上班族上班时穿的服装，根据工作性质可把职业服装分成两大类，即办公服和工作服。这里主要是指办公服。

办公服是指坐办公室的女士穿用的上班服装。选择办公服的一个原则就是要求高雅、整齐、大方、舒适、实用和挺括不起皱。女性办公服在款式上宜选用套装、套裙为好，颜色以素雅为好，如藏蓝、炭黑、烟灰、雪青、黄褐、茶褐、蓝灰、暗土黄、暗紫红等较冷的色彩，这些颜色会给人一种稳重、端庄、高雅无华之感。切忌选用大红大绿或太亮刺眼的颜色。

从图案上讲，西装套裙讲究的是朴素、简洁。除素色面料外，还可以选择各种或明或暗、或宽或窄的格子与条纹图案，以及规则的圆点所组成的图案的面料。

从整体造型上讲，西装套裙是变化无穷的。但是，它的变化主要集中于长短与宽窄两个方面。在西装套裙中，上衣与裙子的长短没有明确的规定。但最好不要太长或太短，以免短了不雅，长了没神。

以两件套西装套裙为例，上衣与裙子可以是同一色，也可以采用上浅下深或上深下浅等两

种不同的色彩，来使之形成对比。前者正统而庄重，后者则富有动感与韵律，二者各有千秋。另外，可以在上下一色的套裙上，以衬衫、装饰手帕、丝巾等不同色彩的衣饰来“画龙点睛”，或者把上衣的衣领、兜盖用与上装花色图案不同的裙子的面料来做，使衣裙的色彩“遥相呼应”，给人一种协调美。

2. 女子鞋子的选择与穿着

一身漂亮的衣服总得有一双得体的鞋相配方能显示出一种整体美，穿一套西装套装或套裙绝不能配一双布鞋或球鞋，而应配皮鞋，深色套装套裙可以配黑色皮鞋。但随着人们穿着品位的提高，女士不同颜色不同款式的套装越来越多。因此，在选择套装时，最好也应选择与套装相配皮鞋。比如棕色套装最好选棕色或棕黑色皮鞋，这样上下呼应，有一种整体美感。再如穿带花色的套裙，最好选择一双与裙子主色相应的皮鞋，这样皮鞋与裙子的某一种颜色呼应，能产生高雅动人之感。相反，如皮鞋颜色与上下装的颜色反差太大，看起来会使人感觉不舒服。

3. 女子袜子的选择与穿着

在社交场合，女士如着裙装，必须穿适当的袜子。不穿袜子出现在社交场合是很不礼貌的。女士穿长裙，可选择中长肉色袜子，如穿超短裙或一步裙，应配穿连裤袜。总之，长筒袜的长度一定要高于裙子下部边缘。袜子的颜色应与自己的肤色相配，一般肉色长筒袜能使女士皮肤罩上一层光晕而显示出一种线条美。但肉色长筒袜又有许多种颜色层次，皮肤较白的人，可选择一些浅肉色的长筒袜，可以更显细腻娇嫩。皮肤较黑或粗糙的人，可以选深肉色的长袜，这样可以弥补肤色的缺陷，从而使得腿部更加修长健美。

着装的注意点：

第一，男子进入室内场所应卸去帽子、大衣、手套等。而女子如戴着装饰性的手套、帽子、披肩、短外套等，都不用脱，因为这作为服饰的一部分，脱去就失去整体美了。

第二，女子在穿露肩、露胸和露背的晚礼服赴会时，在会场外，应把裸露的部分用披肩、斗篷等遮掩起来。进入会场后，披肩才可以脱下。

第三，在宴会中，手套与手提包都不能放在餐桌上，手提包可以挂到架子上或放到餐椅靠背处。

第四，拿餐具时，手套应脱下，但喝鸡尾酒时可以只脱一只手套，脱下的手套可以放在手提包中或椅子后背。

第五，结婚戒指不应戴在手套上，但装饰性戒指除外。



互动地带

夏日星期天，小李和几个外国朋友相约一起过周末，为了不失礼节，小李一早就开始打扮。他系上领带，穿上西装，对着镜子看了又看，然后心满意足地出门了。上海的七月已是高温酷暑了，在一家餐馆碰面后，小李发现外国朋友都是穿着T恤和牛仔裤等普通式休闲服装，他觉得有点不自在。吃饭时，大家边吃边聊，很是开心，只有小李热得汗流浹背。饭后，大家又相约去打保龄球。当小李摆好姿势用力把保龄球投出去时，只听到“噼”的一声，西装上衣的袖子扯开了一个大口子，小李的脸一下子红了……

讨论与思考：小李穿着正装会朋友，为何还会这么尴尬？

■ 复习思考题

1. 着装礼仪的基本原则有哪些？请举例说明。
2. 着装的T.P.O原则是什么？

■ 实训练习与操作

男生穿西装以作示范，女生穿色彩与款式搭配好的服装以作示范。

实训目标：掌握规范穿着西装，认识色彩与款式搭配的重要性。

实训内容与要求：西装、领带、各种色彩与款式的服装等可以由学生自己准备，有条件的学校可以由学校提供。要求学生西装穿着应符合规范，女生穿着和谐。

实训成果与检测：学生穿好后进行演示，其他学生及教师进行检查和点评。

第二节 仪容礼仪

学习目标

1. 掌握脸部按摩技能。
2. 掌握面部清洁技能。
3. 掌握面部营养的补充技能。
4. 掌握不同脸型的化妆技巧。

引例

被誉为“经营管理之神”的松下电器公司总裁松下幸之助先生，早年时他不修边幅，头发乱糟糟的，衣服脏兮兮的，并且有许多皱褶，皮鞋也不亮，像一个邋遢的老头。有一次去理发馆理发，当理发师得知他就是大名鼎鼎的松下公司总裁时，惊讶地不知该说什么。过了一会儿，他严肃地对松下先生说：“您作为一个有名气的公司的老板，还这样不注意自己的外表，别人怎么说呢？从这一点可以看到贵公司的形象，有损于公司名气啊。”松下先生听了，顿时悟出理发师话中的真谛。从此，他的衣服总是整整齐齐，皮鞋亮锃锃，头发梳得油光光的。外人与他打交道时，看到他整齐的装束与整洁的外貌，顿感有一种压力，不由肃然起敬。

思考题：松下电器公司总裁悟出理发师话中的真谛内容是什么？